



# La Osteoartritis Resumen

La siguiente hoja de información contiene datos básicos sobre la osteoartritis. Para más información sobre la diagnosis y el tratamiento de esta enfermedad, favor de comunicarse con el Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS, según sus iniciales en inglés) al (877) 22-NIAMS.

## ¿Qué es la osteoartritis?

- Es el tipo más común de artritis.
- Es una enfermedad que afecta las articulaciones y el cartílago.
  - ▶ El cartílago es un tejido resbaloso que protege los huesos y las articulaciones. El cartílago cubre las partes extremas de los huesos de forma que estos rocen suavemente, sin daño ni dolor.
- Causa que el cartílago se rompa y los huesos que se muevan uno contra el otro, causando fricción.
- Causa dolor, hinchazón, y pérdida de movimiento en la articulación. También pueden crecer pedazos de hueso a las orillas de la articulación. Estos pedazos se pueden romper y terminan flotando dentro del espacio de la articulación causando más dolor y daño.

## ¿Quién tiene osteoartritis?

- Más de 20 millones de personas en los EE.UU. probablemente tienen esta enfermedad.
- Algunos jóvenes tienen osteoartritis debido a una lesión o golpe.
- La mayoría de las personas que tienen osteoartritis son adultos mayores de edad.
- Al cumplir los 65 años de edad, más de la mitad de la población tiene osteoartritis en por lo menos una articulación.

**Instituto Nacional de  
Artritis y Enfermedades  
Musculoesqueléticas y de la  
Piel**

NIAMS/Institutos Nacionales  
de la Salud  
1 AMS Circle  
Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484;  
1-877-22NIAMS (línea gratuita)  
TTY: 301-565-2966  
Fax: 301-718-6366  
Correo Electrónico:  
NIAMSInfo@mail.nih.gov  
Página Electrónica:  
www.niams.nih.gov

Servicio de la Salud Pública  
Departamento de Salud y Servicios  
Humanos



## ¿Cuál es el efecto de la osteoartritis?

- Los profesionales de salud sospechan que la osteoartritis es el resultado de una combinación de diferentes factores en el cuerpo y en el ambiente, incluyendo peso, dieta, y tensión.
- La osteoartritis puede afectar la situación económica por los gastos de tratamiento y la pérdida de salario debido a incapacidad.
- La osteoartritis también puede afectar el estilo de vida debido a limitaciones al desempeño del trabajo, ansiedad, depresión, y sentimientos de desesperanza.

## ¿Cómo sé si tengo osteoartritis?

Los siguientes síntomas pueden ocurrir individualmente o en grupo:

- Dolor constante en las articulaciones, especialmente después de hacer ejercicio o trabajos físicos.
- Rigidez al levantarse de la cama.
- Una articulación hinchada o adolorida.
- Un sonido (o roce) de huesos que se mueven uno contra el otro.
- Si la articulación está caliente, roja y adolorida, probablemente no es osteoartritis. Hable con su médico sobre otras posibles causas.
- No todas las personas con osteoartritis sienten dolor.
- La osteoartritis puede afectar cualquier articulación, pero ocurre más frecuentemente en la espina dorsal, las manos, caderas, o rodillas.

## ¿Cómo se diagnostica la osteoartritis?

Los médicos usan varios métodos para diagnosticar la osteoartritis. Estos métodos incluyen:

Historial Médico – El médico le preguntará al paciente:

- Que describa sus síntomas y cuándo y cómo empezaron.
- Cómo la condición le afecta en su trabajo y su vida diaria.
- Sobre otras condiciones médicas que le afectan y cuáles medicamentos está tomando. Estos medicamentos incluyen con o sin receta, remedios naturales y caseros.

Examen Médico – El médico examinará y observará:

- Las articulaciones que le molestan al paciente.
- El reflejo y fuerza muscular.
- La habilidad del paciente de caminar, agacharse, y hacer otras cosas en la vida diaria.

Rayos X – El médico puede recomendar un examen de rayos X para:

- Ver si la articulación afectada esta dañada.
- Detectar pérdida de cartílago.
- Ver si los huesos y espolones estén dañados.

(Los rayos x no duelen y no reflejan incapacidad. Tavez no se detecte daño al comienzo de la condición.)

Otras Pruebas – El médico puede hacerle otras pruebas y análisis de sangre para ver que está causando su condición.

### **¿Cuál es el tratamiento para la osteoartritis?**

Personas con osteoartritis pueden tener vidas activas y productivas siguiendo estas estrategias:

- Tomar sus medicamentos
- Practicar descanso y ejercicio
- Participar en programas de educación y apoyo
- Aprender a cuidarse y tener una actitud positiva

### **La Misión de NIAMS**

NIAMS es un componente de los Institutos Nacionales de la Salud (NIH, según sus iniciales en inglés), una agencia Federal dedicada a la investigación biomédica. La misión de NIAMS es apoyar investigaciones clínicas y científicas sobre las causas, tratamiento, y prevención de artritis y otras enfermedades que afectan la piel, músculos, y los huesos. Para más información gratuita y en español sobre el NIAMS, los diferentes tipos de artritis y otras condiciones médicas, favor de llamar al (877) 22-NIAMS.